



**UNIVERSITY
OF TURKU**

This is a self-archived – parallel-published version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details. When using please cite the original.

AUTHOR	Eevastiina Kinnunen
TITLE	Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimus
YEAR	2024
VERSION	Publisher's PDF
CITATION	Eevastiina Kinnunen 2024, Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimus. Teoksessa Hanna Meretoja, Aino Mäkikalli, Anna Helle, Kaisa Ilmonen, Markku Lehtimäki (toim.), Lähestymistapoja kirjallisuuteen. Tietolipas 287. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura. S. 258-267.
LICENSE	CC BY-NC-ND

Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimus

Eevastiina Kinnunen

© <https://orcid.org/0000-0001-7497-4228>

Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin kytköksiä tutkitaan monista eri näkökulmista (ks. esim. Kosonen & Ihanus 2022; Billington 2019; Billington & Steenberg 2021). Usein tutkimuksissa on lähtökohtana, että kirjallisuudella on mahdollisuus vaikuttaa hyvinvointiin tai että kertomuksilla on merkitystä sille, miten hahmotamme hyvinvointia, terveyttä ja sairautta. Kuitenkin tutkimuksissa on eroja siinä, miten niissä määritellään ja rajataan hyvinvointi, terveys tai sairaus, sekä siinä, mitä kohdetta kirjallisuuden kentältä tarkastellaan. Tässä luvussa ei keskitytä käsittelemään, mikä merkitys kirjallisuudella ja lukemisella voi olla hyvinvoinnille, vaan tarkastellaan, millä eri tutkimuskentillä ja mistä erilaisista tulokulmista kirjallisuuden hyvinvointimerkityksiä ja -kytköksiä voidaan tutkia.

Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimuksessa ei ole kyse teoreettisesti ja menetelmällisesti yhtenäisestä tutkimussuunnasta. Nimitystä *kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimus* ei ole yleisesti käytetty, mutta sitä käytetään tässä luvussa kattokäsitteenä kuvaamaan tätä monille eri tutkimuskentille paikantuvaa lähestymistapaa.¹ Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin suhdetta tarkastellaan monitieteisillä tutkimusaloilla ja erilaisiin teoreettis-menetelmällisiin lähtökohtiin nojaten. Lähestymistavassa erilaiset tutkimuskentät eivät kuitenkaan aina asetu vaihtoehtoisiksi suhteessa toisiinsa, ja sama tutkimus voi paikantua useammalle eri kentälle. Tutkimuksessa tarkastellaan monia erilaisia tutkimuskohteita, esimerkiksi hyvinvointiin, terveyteen ja sairauteen liittyviä kirjallisuuden kuvauksia ja kulttuurisia kertomuksia, erilaisia kaunokirjallisuuden soveltamisen tapoja terveydenhuollon eri aloilla, lukemisen vaikutuksia hyvinvoinnille, lukemismenetelmiä ja kirjallisuusterapeutista työskentelyä. Tässä luvussa esitellään lähestymistavan moninaisuutta, siihen liittyviä tutkimusaloja, muutamia esimerkkejä alalla tehtävästä tutkimuksesta sekä tutkimuksen aineistollisia ja menetelmällisiä lähtökohtia.

1 Nimityksessä on heikkoutensa, koska siinä ei esimerkiksi tule eksplisiittisesti esille sairauden ja terveyden tutkimisen ulottuvuudet, jotka kuitenkin kuuluvat tämän kattokäsitteen alle. Koska luvun kirjoitushetkellä tutkimusalasta käytetään monia eri nimityksiä, olisi luvun voinut nimetä ja rajata myös monella muulla tavalla, esimerkiksi painottamalla enemmän *kulttuurisen terveyden tutkimuksen* käsitettä ja näkökulmaa.

Lähestymistavan historiaa ja monitieteisiä kehityskulkuja

Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimuksen taustalla on pitkä perinne. Läpi historian kirjallisuudessa on ollut terveyden ja sairauden kuvauksia ja lukeminen on saanut erilaisia hyvinvointiin kytkeytyviä merkityksiä. Antiikissa filosofit, kuten Platon ja Aristoteles, käsitelivät teoksissaan taiteen merkitystä, ja osa nykyäänkin alalla keskeisistä käsitteistä, kuten *katharsis*, on peräisin antiikin kreikasta. Myös roomalaiset kirjoittajat pohtivat lukemista, esimerkiksi Senecan ja myöhäisantiikissa Augustinuksen kirjoituksissa painottui ajatus lukemisesta itsetuntemuksen kehittämisen keinona. Keskiajalla lukemisen tarkoitus, erityisesti lukemista paljon harjoitavissa luostareissa, oli sidoksissa kristillisiin ihanteisiin ja henkisiin harjoituksiin. Myöhäiskeskiajalla sekä renessanssin ja valistuksen aikana katse kääntyi lukemisesta taas enemmän itseän. Esimerkiksi Petrarca korosti ihmisen sisällä olevaa totuutta sekä Montaigne ja Rousseau keskittyneen lukemisen intiimiä ja yksilöllistä merkitystä. (Ihanus & Kosonen 2022, 19–31.)²

1800-luvun kuluessa ja 1900-luvun alussa psykiatrian ja psykoanalyysin kehittyminen vaikutti kirjallisuuden kuvauksiin ja käyttötapoihin. Esimerkiksi Sigmund Freud ja myöhemmin Jacques Lacan sovelsivat kirjallisuutta psykoanalyysin kehittämiseen ja psykoanalyttista näkökulmaa kirjallisuuden tulkitsemiseen (ks. luku Psykoanalyttinen kirjallisuudentutkimus). Kirjallisuudella nähtiin olevan myös terapeuttisia vaikutuksia. 1900-luvun alkuun mennessä lukemisesta oli tullut suosittu hoitomuoto ja 1930–1940-luvuilla aihetta alettiin tutkia tarkemmin (Ihanus 2022a, 36, 39). Tämän lisäksi alkoi kehittyä laaja, monitieteinen tutkimusala, josta nykyään käytetään kokoaavasti esimerkiksi nimitystä *medical and health humanities*. Alalla huomio kiinnittyi humanististen lähestymistapojen monipuolisiin merkityksiin lääketieteelle, ja 1900-luvun edetessä kirjallisuuden merkitys ja sen moninaiset käyttötavat yleistyivät kiinnostuksen kohteena.

Medical humanities -tutkimusala (suomeksi *humanistinen lääketiede* sekä *lääketieteellinen humanismi*) on kehittynyt ennen kaikkea Yhdysvalloissa ja Isossa-Britanniassa. Ensimmäisen kerran käsitettä käytettiin jo 1940-luvulla ja seuraavina vuosikymmeninä ala alkoi vakiintua. 1970-luvulla avattiin ensimmäinen *medical humanities* -instituutti Yhdysvalloissa Texasin yliopiston lääketieteellisessä tiedekunnassa ja perustettiin alan merkittävä tieteellinen julkaisu *Journal of Medical Humanities*. (Hurwitz 2013, 672–673.) Alan vakiintuminen Isoon-Britanniaan on ajoitettu 1990-luvulle. 2000-luvun alussa siellä perustettiin julkaisu *Medical Humanities* ja julkaistiin alaa kokoavaa kirjallisuutta (Evans & Finlay 2001). Humanistinen lääketiede on painottunut alusta asti taiteiden, kuten kirjallisuuden, ja humanististen tieteiden soveltamiseen lääketieteen opetukseen, sairauden kokemuksen ymmärtämiseen sekä eettisiin kysymyksiin. 2000-luvun aikana ala on jatkanut laajentumistaan, tutkimuskeskuksia on ympäri maailmaa ja alalla tehdään monipuolista tutkimusta (ks. esim. Bates, Bleakley & Goodman 2014). Tutkimus on saanut kuitenkin myös kritiikkiä sen rajoituksista.

2010-luvulla alan rinnalle alkoikin nousta Isossa-Britanniassa *health humanities* -tutkimusala (suom. *humanistiset terveystieteet*, myös *humanistinen terveyden tutkimus*). Tuolloin Paul Crawford, Brian Brown, Victoria Tischler ja Charley Baker

2 Hoitavan lukemisen varhaisesta historiasta tarkemmin, ks. Ihanus & Kosonen 2022.

määrittävät artikkelissaan humanististen terveystieteiden ottavan humanistista lääketiedettä laajemmin huomioon eri ammattialoja, kuten sairaanhoitoa ja luovia taide-terapioita, sekä myös potilaita ja huoltajia (Crawford, Brown, Tischler & Baker 2010). Myöhemmin ala on laajentunut kattamaan vielä monipuolisemmin terveydenhuollon ja kulttuurialan yhteistyön mahdollisuuksia edistää hyvinvointia. Humanistisissa terveystieteissä tarkastellaan esimerkiksi kirjallisuuden – kuten runouden, lukupiirien, teatterin ja elämäkirjoittamisen – soveltamista käytännön työhön eri kohderyhmien kanssa. (Crawford, Brown & Charise 2020.)

Lisäksi 2010-luvun puolivälistä alkaen on yleistynyt *critical medical humanities* (suom. esim. *kriittinen humanistinen lääketiede*), joka on myös lähtöisin Isosta-Britanniasta. Vuonna 2015 William Viney, Felicity Callard ja Angela Woods määrittivät alan keskeisiä lähtökohtia. Kriittisen humanistisen lääketieteen lähestymistavassa laajennetaan näkökulmaa vielä aiempaa enemmän terveydenhuollon opettamiskäytäntöjen ulkopuolelle. Tutkimuksessa huomioidaan aikaisempaa vahvemmin valtakysymykset ja yhteiskunnalliset rakenteet sekä käydään vuoropuhelua esimerkiksi kriittisen teorian, queer-tutkimuksen ja kriittisen vammaistutkimuksen kanssa. (Viney, Callard & Woods 2015; ks. myös Ovaska 2021.) Alalla tarkastellaan monin eri tavoin kulttuurin, terveyden ja sairauden suhteita, ja kirjallisuustieteen näkökulmasta yhtenä keskeisenä keskustelunaiheena alalla on erilaisten ilmaisumuotojen, ei pelkästään perinteisen kertomusmuodon, mahdollisuudet (ks. esim. Whitehead ja muut 2016).

Humanistiseen lääketieteeseen kuuluu Yhdysvalloista lähtöisin oleva, 2000-luvun alussa vakiintunut *narrative medicine* (*kerronnallinen lääketiede*, myös *narratiivinen lääketiede*). Kerronnallisen lääketieteen alalla Rita Charon on kehittänyt kollegoidensa kanssa lääkärin ja muun terveydenhuollon ammattilaisten koulutukseen tarkoitettua, lähilukemista soveltavan opetusmenetelmän. Menetelmän tavoitteena on vahvistaa kerronnallista kompetenssia (*narrative competence*) ja täten kykyä tunnistaa, tarkastella, tulkita ja virittäytyä kohti toisten, ennen kaikkea potilaiden, kertomuksia. (Charon 2006; Charon ja muut 2017.) Kerronnallisen lääketieteen tutkimuksessa tarkastellaan esimerkiksi menetelmän erilaisia sovellusmahdollisuuksia sekä sitä, miten lukeminen ja kirjoittaminen voivat vaikuttaa kerronnalliseen kompetenssiin. Lisäksi tutkimuksessa yhdistetään entistä enemmän kerronnallisen lääketieteen ja kriittisen humanistisen lääketieteen näkökulmia.

Medical and health humanities -ala on siis historiallisesti keskittynyt ennen kaikkea terveydenhuollon henkilökunnan koulutukseen ja käytäntöön, mutta nykyään alaa kuvaavien kattokäsitteiden on alettu katsoa kattavan myös laajemmin monenlaista kulttuuriin, terveyteen ja sairauteen kytkeytyvää tutkimusta. 2020-luvulla käsitteitä *medical humanities*, *health humanities* ja *critical medical humanities* käytetään sekä erikseen että mainittuna yhdistelmäkäsitteenä *medical and health humanities*.

Tutkimusalan käsitteitä ja näkökulmia Suomessa

Suomessa alasta käytetään monia eri nimityksiä, kuten englanninkielistä yhdistelmä-nimitystä *medical and health humanities* ja sen käännöksiä eri muodoissa, esimerkiksi *humanistinen lääke- ja terveystieteellinen tutkimus*. Tämän lisäksi alasta on puhuttu nimityksellä *humanistinen terveyden ja sairauden tutkimus*, jolla toisinaan viitataan synonyymisesti *medical and health humanities* -alaan ja toisinaan tarkoitetaan vielä

laajemmin kaikkea terveyden ja sairauden ilmiöihin kytkeytyvää ja humanistisia lähtökohtia hyödyntävää tutkimusta. Lisäksi laajasta tutkimusalasta käytetään myös termejä *kulttuurinen terveyden tutkimus*, *kulttuurinen terveystutkimus* sekä *kulttuurinen terveyden ja sairauden tutkimus*.³ Vaikka alasta ja alalla käytetään eri käsitteitä, tutkimuksia yhdistää tavoite lähestyä hyvinvointia, terveyttä ja sairautta kokonaisvaltaisesti ymmärtäen niiden kulttuuriset, kontekstuaaliset ja kielelliset ulottuvuudet.

Suomessa on 2000-luvulla tehty kulttuurista terveystutkimusta monitieteisistä näkökulmista (Honkasalo & Salmi 2012). Tutkimuksessa on esimerkiksi analysoitu sairauksien kuvauksia ja kulttuurisia kytköksiä (ks. esim. Karttunen, Niemi & Pasternack 2007; Ahlbeck ja muut 2015). Alalla voidaan hahmottaa omiksi tutkimusalueikseen eri tutkimuskohteiden mukaan esimerkiksi sairauskertomusten tai kivun tutkimus. Kulttuurisen terveystutkimuksen alalle kuuluvat myös kulttuurinen mielenterveystutkimus ja hulluustutkimus, joissa tarkastellaan, miten käsityksiä mielenterveydestä ja mielen terveyden häiriöistä tuotetaan taiteissa ja kulttuurisissa käytänteissä (Jäntti ja muut 2019). Kirjallisuuden näkökulmasta on tutkittu esimerkiksi hulluuden nimeämistä kaunokirjallisuudessa (Tanskanen 2019), mielen sairauden kuvauksia, kuten skitsofrenian poetiikkaa (Piippo 2019), sekä psyykkistä sairastamista ja melankoliaa omalelmäkerrallisissa teksteissä (Tuohela 2008). Tutkimusotteessa on usein läsnä kriittinen suhtautuminen yksinkertaistavia terveyteen ja sairauteen liittyviä kertomuksia tai käytäntöjä kohtaan.

Myös 2020-luvulla tehdään paljon alalle paikantuvaa kirjallisuustieteellistä tutkimusta ja tutkimusotteissa yhdistetään eri näkökulmia. Esimerkiksi Anna Ovaska on tutkinut mielen särkyamisen kuvauksia kaunokirjallisuudessa ja yhdistää analyysissaan kertomuksen tutkimusta, feminististä teoriaa sekä ruumiillisia ja fenomenologisia näkökulmia sairauden kuvausten tutkimiseen (Ovaska 2023). Kerronnallisen lääketieteen alalla Laura Karttunen on soveltanut kertomusteoriaa lääketieteen opiskelijoille pitämillään kirjallisuuskursseilla (Karttunen 2022). Viola Parente-Čapková'n johtamassa hankkeessa ”Sanoja terveyden tekijöille: Kaunokirjallisuus, terveydenhuolto ja demokratia” (Koneen Säätio, 2024–2027) yhdistetään kerronnallista lääketiedettä ja kulttuurista kielenoppimista ja kehitetään uutta kerronnallisen lääketieteen lukupiiri-menetelmää. Hanna Meretojan johtamassa hankkeessa ”Syövän vastakertomukset: muovaamassa kerronnallista toimijuutta” (Suomen Akatemia, 2023–2027) tutkitaan erilaisia kulttuurisia tapoja kerronnallistaa syöpää kaunokirjallisuudessa, mediateksteissä ja elämäkirjoituksessa. Lisäksi hankkeessa kehitetään syöpäkertomuksiin keskittyvää kirjallisuuspäiityöskentelyä sekä syöpäpotilaille että terveydenhuollon ammattihenkilökunnalle. Alalla tehdään paljon muutakin tutkimusta suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi, ja tavoitteena on ottaa tutkimuksessa enemmän huomioon näiden kolmen ohella myös muita kieliä (ks. Tynan, Ovaska & Slotte 2024). Voidaankin puhua alan merkittävästä vilkastumisesta myös Suomessa.

3 Näiden lisäksi on käytetty myös muita termejä, kuten *humanistinen ja yhteiskuntatieteellinen lääketieteen tutkimus* sekä laajaa termiä *kulttuurin ja terveyden tutkimus*. Alasta ja sen käsitteistä Suomessa tarkemmin, ks. Mäkilä & Pietilä 2021; Tynan, Ovaska & Slotte 2024.

Kirjallisuuden hyvinvointivaikutusten tutkimista

Yksi keskeinen tutkimuskohde kulttuurisen terveyden tutkimuksen alalla on kirjallisuuden hyvinvointivaikutukset, joita tutkitaan useilla alalle kuuluvilla kentillä. Taiteen hyvinvointivaikutuksia tutkitaan esimerkiksi *arts and health* -kentällä, jota kutsutaan suomeksi esimerkiksi *kulttuurihyvinvointialaksi*. Kulttuurihyvinvoinnin käsite (*cultural wellbeing*, myös *creative wellbeing*) on monimerkityksinen. Sillä tarkoitetaan muun muassa ihmisen omaa tai yhteisöllisesti jaettua kokemusta siitä, että taide ja kulttuuri lisäävät hyvinvointia tai ovat yhteydessä siihen (Lilja-Viherlampi & Rosenlöf 2019). Kentällä tutkitaan taiteiden, terveyden ja hyvinvoinnin yksilöllisiä ja rakenteellisia kytköksiä. Tutkimuksissa tarkastellaan muun muassa eri näkökulmista sitä, millaisia vaikutuksia ja merkityksiä kulttuurilla, taiteella ja esimerkiksi luovilla taideterapioilla voi olla hyvinvoinnille. Yhtenä keskeisenä kokoavana julkaisuna taiteen hyvinvointivaikutuksista on pidetty vuonna 2019 julkaistua WHO:n raporttia (Fancourt & Finn 2019), ja raportin julkaisemisen jälkeen kentällä on käyty entistä enemmän keskustelua hyvinvointivaikutusten tutkimisen kehittämisestä.

Omaksi kentäkseen hahmottuu myös nimenomaan lukemiseen keskittyvä *literary reading and health*, jota käsitellään esimerkiksi Josie Billingtonin ja Mette Steenbergin kokoavassa artikkelissa (Billington & Steenberg 2021). Lukemisen ja lukupiirien tutkimus hyvinvoinnin näkökulmasta on lisääntynyt 2000-luvulla. Yhtenä keskeisenä esimerkkinä lukupiirien hyvinvointivaikutuksia tarkastelevasta tutkimuksesta on Isosta-Britanniasta lähtöisin oleva *Shared Reading* -tutkimus, jossa tarkastellaan *Shared Reading* -menetelmän mukaisesti ohjattuja ryhmiä ja niiden vaikutusta hyvinvoinnille (ks. esim. Billington & Steenberg 2021; Billington 2019). *Shared Reading* -tutkimus on aktiivista monessa maassa, ja vaikka Suomessa ei ole toistaiseksi tutkittu juuri kyseistä menetelmää, on myös täällä tutkittu sekä lukupiirien että laajemmin lukemisen merkitystä hyvinvoinnille.

Päivi Kosonen ja Juhani Ihanus ovat käyttäneet toimittamassaan teoksessa myös termiä *hoitava lukeminen*. Hoitavaan lukemiseen liittyvässä tutkimuksessa tarkastellaan monin eri tavoin lukemisen merkityksiä hyvinvoinnille, lukemisprosesseja, yksin ja yhdessä lukemista, erilaisia lukemis- ja sanataidetyön menetelmiä sekä kirjallisuusterapeuttista työskentelyä. (Kosonen & Ihanus 2022.) Esimerkiksi lukupiiritutkimuksessa on tarkastelu luovan lukupiiritöskentelyn mahdollisuutta vahvistaa osallistujien kerronnallista toimijuutta. Kyseisessä Hanna Meretojan johtajamassa tutkimushankkeessa kysymys hyvinvoinnista hahmottuu nimenomaan suhteessa kertomuksiin, kerronnallisuuteen ja lukupiirien mahdollisuuteen tukea osallistujien kerronnallista toimijuutta heidän hyvinvointiaan vahvistavalla tavalla (Meretoja, Kinnunen & Kosonen 2022; Meretoja, Kosonen & Kinnunen 2022).

Yhdeksi omaksi kentäkseen voidaan erottaa myös kirjallisuusterapiatutkimus. Kirjallisuusterapialla (*biblio/poetry therapy*) tarkoitetaan lyhyesti määriteltynä terapeutista vuorovaikutusprosessia, jossa hyödynnetään joko valmista kirjallista aineistoa tai itse tuotettua tekstiä (ks. Hynes & Hynes-Berry 2012; Mazza 2022; Mäki & Linnainmaa 2022; Ihanus 2022b; Kosonen & Ihanus 2022). Ensimmäistä kertaa termiä *biblioterapia* käytettiin 1910-luvulla, jolloin se viittasi ennen kaikkea lukemiseen, ja kirjoittamiseen painottuvaa terapiaa tarkoittavaa termiä *poetry therapy* alettiin käyttää laajemmin 1960-luvulla (Ihanus 2022a, 36–37, 42). Myöhemmin on otettu käyttöön termi *biblio/poetry therapy*, joka viittaa lukemis- ja kirjoittamisterapian yhdistelmään. Suomessa

käytettiin termiä *biblioterapia* ensimmäisen kerran 1940-luvulla, ja kun vuorovaikutuksellinen, lukemista ja kirjoittamista yhdistävä työskentely käynnistyi 1970-luvun lopulla, yleistyi nykyään vakiintunut termi *kirjallisuusterapia* (Ihanus 2022a, 42–43).

Ensimmäisen kirjallisuusterapiaa koskevan väitöskirjan kirjoitti jo 1940-luvulla Caroline Shrodes (1949) ja 1980-luvulla perustettiin *Journal of Poetry Therapy*. Kirjallisuusterapian keskeisiä perusteoksia ovat kirjoittaneet Arleen McCarty Hynes ja Mary Hynes-Berry (2012) sekä Nicholas Mazza (2022). Suomessa kirjallisuusterapiatutkimusta on pitkään kehittänyt Juhani Ihanus (ks. esim. Ihanus 2022b). Tämän lisäksi esimerkiksi Karoliina Kähmi (nyk. Maanmieli) on tutkinut väitöskirjassaan kirjallisuusterapeuttisten menetelmien ja erityisesti metaforien merkitystä psykoosia sairastavien kirjallisuusterapeuttisen ryhmän osallistujille (Kähmi 2015). 2020-luvulla kirjallisuusterapiatutkimusta tehdään enemmän kuin koskaan aikaisemmin sekä Suomessa, muissa Pohjoismaissa että ympäri maailmaa (ks. esim. Alfrey ja muut 2021).⁴ Kirjallisuusterapiatutkimuksessa tutkimuskohteena voi olla varsinaisen terapian lisäksi kirjallisuusterapeuttisen ryhmätyöskentelyn mahdollisuudet, laveammin erilaiset lukemisen ja kirjoittamisen terapeuttiset tai hyvinvointia lisäävät vaikutukset sekä laajemmin alalle kuuluvien käsitteiden ja ilmiöiden tarkastelu. Lisäksi tutkimuksessa voidaan kehittää kirjallisuusterapeuttisia menetelmiä käytännön työhön. Sekä kirjallisuusterapian että laajemmin kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimuksessa painottuukin usein aktiivinen tutkimuksen ja käytännön vuoropuhelu.

Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimuksen aineistollisia ja menetelmällisiä lähtökohtia

Teoreettis-menetelmällisestä näkökulmasta kirjallisuuden ja hyvinvoinnin kytköksiä tarkasteleva tutkimus voi ammentaa laajalta lukemisen tutkimuksen ja empiirisen kirjallisuudentutkimuksen kentältä (ks. luku Empiirinen lukemisen tutkimus). Tutkimuksessa on mahdollista hyödyntää myös luovan kirjoittamisen tutkimusta. Lisäksi kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimukseen voidaan soveltaa monia muita tässä teoksessa esiteltyjä lähestymistapoja, kuten esimerkiksi tunteiden tutkimusta, traumatutkimusta sekä hermeneuttista, intersektionaalista tai psykoanalyttista kirjallisuudentutkimusta.

Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimuksessa erilaiset tutkimuskohteet ja kysymykset edellyttävät erilaisia tutkimusaineistoja ja -menetelmiä. Tutkimusaineisto voi olla jo olemassa olevaa tekstiä, kuten kaunokirjallisuutta, mediatekstejä tai elämäkirjoitusta, tai tutkimuksessa tuotettavaa aineistoa, kuten tutkimuksen osallistujilta kerättyjä tekstejä, kyselyjä, haastatteluaineistoa, mittauksia, lukupiirin tai kirjallisuusterapeuttisen ryhmän äänityksiä tai videointia sekä havainnointimuistutkimuksia.

Tutkimuksessa voidaan käyttää sekä laadullisia että määrällisiä menetelmiä. Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin kytköksiä on tutkittu sekä hyödyntäen vakiintuneempia menetelmiä että kehittämällä uusia menetelmiä (ks. esim. Billington 2019). Kirjallisuustieteellisessä tutkimuksessa huomattavasti yleisempää on ollut laadullisten menetelmien käyttö, ja lisäksi menetelmiä yhdistettäessä laadulliset menetelmät usein

4 Tarkemmin Suomessa tehtävästä kirjallisuusterapiatutkimuksesta, ks. Suomen Kirjallisuusterapiayhdistyksen verkkosivut.

täydentävät määrällisin menetelmin kerättyä aineistoa. Tutkimuksessa voidaan yhdistää myös erilaisten laadullisten aineistojen, esimerkiksi kirjoitettujen tekstien ja haastattelujen, analyysia. Lisäksi tutkimuksessa on mahdollista soveltaa kirjallisuustieteellistä teoriaa ja käsitteistöä empiiriseen tutkimukseen (ks. esim. Kinnunen, Meretoja & Kosonen 2024). Tutkimusmenetelmien valinta riippuu aina siitä, mikä on tutkimuksen kohde ja tavoite.

Silloin kun tutkitaan lukemisen merkitystä hyvinvoinnille ja mahdollisia hyvinvointivaikutuksia, tutkimus lähtee liikkeelle siitä, miten lukeminen ja hyvinvointi määritellään kyseisen tutkimuksen lähtökohdista käsin: Tarkoittaako lukeminen yksin lukemista vai lukupiiriä tai jonkin tietyn lukemismenetelmän testaamista? Minkälaisia tekstejä luetaan, onko kyseessä kertalukeminen vai pidempi interventio? Entä miten hyvinvointi määritellään ja rajataan? Kulttuurisia näkökulmia painottava tutkimus voi myös laajentaa ymmärrystä hyvinvoinnista, esimerkiksi hyvinvoinnin kytköksistä eettiseen ja kerronnalliseen toimijuuteen, mahdollisen tajun avartumiseen sekä kokemukseen nähdyksi ja kuulluksi tulemisesta (ks. esim. Meretoja, Kinnunen & Kosonen 2022). Tutkimuksessa painottuu entistä enemmän hyvinvoinnin ymmärrys kulttuurisena ja yhteiskunnallisena, ei pelkästään yksilöllisenä, kysymyksenä.

Koska hyvinvoinnin tutkimuskentällä on paljon eroavia käsityksiä taiteen hyvinvointivaikutusten määritelmästä (ks. esim. Laitinen 2017), on jokaisessa tutkimuksessa tarpeen tarkentaa, miten juuri siinä hahmotetaan vaikutukset. Lisäksi tutkimukseen kuuluu yksioikoisten hyvinvointivaikutusväittämien kriittinen tarkastelu sekä tutkimustulosten kriittinen itsereflektio. Esimerkiksi lukupiiri- ja kirjallisuusterapiatutkimuksessa reflektoidaan, onko tutkimuksessa todella havaittavissa nimenomaan lukupiirin tai kirjallisuusterapian vaikutuksia. Lisäksi tutkimuksessa voidaan tarkastella sitä, mitkä eri tekijät työskentelyssä voivat myötävaikuttaa mahdollisiin hyvinvointivaikutuksiin (ks. esim. Alfrey ja muut 2021).

Kaikessa tutkimuksessa tutkimuseettisyyden pohtiminen ja noudattaminen on tärkeää, ja tämä pätee myös kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimukseen. Empiirisessä ihmiseen kohdistuvassa tutkimuksessa tutkijan tulee huolehtia muun muassa tutkimukseen osallistuvien informoinnista, suostumuksen pyytamisestä ja aineistonhallinnasta asianmukaisilla tavoilla. Tämän lisäksi jotkut tutkimusaiheet edellyttävät, että tutkimuksille tehdään eettinen ennakoarviointi. Koska hyvinvoinnin, terveyden ja sairauden tutkimiseen liittyy usein monia eettisiä kysymyksiä, on eettisten näkökohtien huomioiminen olennainen osa koko tutkimusprosessia.

Lopuksi

Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimus paikantuu lähestymistapana monitieteisille tutkimusaloille ja -kentille. Tutkimuksessa voidaan tarkastella kirjallisuuden, kertomusten ja hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden moniulotteisia kytköksiä eri näkökulmista. Luvussa on esitelty monipuolista kulttuurisen terveyden tutkimuksen alaa, esimerkkejä alalla tehtävästä tutkimuksesta sekä tutkimuksen menetelmällisiä lähtökohtia. Tutkimusala kehittyä jatkuvasti, ja sillä käydään aktiivista keskustelua käsitteistä ja menetelmistä. Poikki- ja monitieteisyys sekä rikastaa että välillä haastaa tutkimusta erilaisten tulokulmien kohdatessa. Tutkimusalalla tarvitaan vielä entistä tiiviimpää vuoropuhelua ja esimerkiksi yhtenäisyyttä käytettyihin käsitteisiin. Lisäksi historiallisesti

tutkimusalalla on korostunut Yhdysvalloissa, Isossa-Britanniassa ja muutenkin Euroopassa tehty tutkimus, joten alalla on kaivattu ja alettu huomioida entistä enemmän myös globaalia näkökulmaa.

Tutkimus kirjallisuuden ja hyvinvoinnin kytköksistä nivoutuu laajempiin yhteiskunnallisiin keskusteluihin lukemisen merkityksestä ja taiteen itseisarvosta. Vaikka kentällä tutkitaan hyvinvointikytköksiä ja -vaikutuksia, ei kyse ole silti siitä, että hyvinvointivaikutuksilla olisi tavoitteena perustella kirjallisuuden arvo. Toisaalta kirjallisuuden itseisarvon tunnustaminen ei tarkoita sitä, etteikö sillä voisi olla myös merkitystä hyvinvoinnille. Vaikka kirjallisuuden arvo ei palaudu siihen, onko sillä hyvinvointia vahvistavia vaikutuksia, on kirjallisuudella silti erityinen mahdollisuus käsitellä hyvinvointiin kytkettyjä ilmiöitä ja vaikuttaa hyvinvointiin eri tavoilla – ja juuri näitä moniulotteisia kytköksiä ja mahdollisuuksia alan tutkija pyrkii erittelemään ja analysoimaan.

- Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimus paikantuu monitieteiselle ja laajalle kulttuurisen terveyden tutkimuksen alalle. Tutkimuksessa käsitellään monesta eri näkökulmasta kirjallisuuden ja hyvinvoinnin kytköksiä.
- Tutkimuskohteena voivat olla niin tekstit, lukijat, lukemisen prosessit, kirjallisuuden käyttötavat kuin erilaiset lukemis-, sanataide- tai kirjallisuusterapeuttiset menetelmätkin.
- Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkimuksessa tarkastellaan esimerkiksi terveyteen, sairauteen ja hyvinvointiin liittyviä kirjallisuuden kuvauksia, kirjallisuuden käyttötapoja terveydenhuolto- ja kulttuurihyvinvointialalla, lukemisen merkitystä hyvinvoinnille sekä kirjallisuusterapeuttisen työskentelyn vaikutuksia.
- Kirjallisuuden ja hyvinvoinnin tutkija voi ammentaa monista kirjallisuustieteellisistä lähestymistavoista tai empiirisen lukemisen tutkimuksen menetelmistä sekä soveltaa näitä myös yhdessä.

Lähteet

- Ahlbeck, Jutta – Lappalainen, Päivi – Launis, Kati – Tuohela, Kirsi – Westerlund, Jasmine (toim.) 2015: *Kipupisteissä. Sairaus, kulttuuri ja modernisoituva Suomi*. Utukirjat 8. Turku: Turun yliopisto.
- Alfrey, Abigail – Field, Victoria – Xenophontes, Ioanna – Holttum, Sue 2021: Identifying the Mechanisms of Poetry Therapy and Associated Effects of Participants. A Synthesised Review of Empirical Literature. – *The Arts in Psychotherapy*, 75/2021. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2021.101832>.
- Bates, Victoria – Bleakley, Alan – Goodman, Sam (toim.) 2014: *Medicine, Health and the Arts. Approaches to the Medical Humanities*. London: Routledge.
- Billington, Josie (toim.) 2019: *Reading and Mental Health*. Cham: Palgrave Macmillan.
- Billington, Josie – Steenberg, Mette 2021: Literary Reading and Mental Wellbeing. Teoksessa Kuiken, Donald – Jacobs, Arthur M. (toim.) *Handbook of Empirical Literary Studies*. Berlin/Boston: De Gruyter. 393–420. <https://doi.org/10.1515/9783110645958-016>.
- Charon, Rita 2006: *Narrative Medicine. Honoring the Stories of Illness*. Oxford: Oxford University Press.
- Charon, Rita – DasGupta, Sayantani – Hermann, Nellie – Irvine, Craig – Marcus, Eric R. – Colón, Edgar Rivera – Spencer, Danielle – Spiegel, Maura 2017: *The Principles and Practice of Narrative Medicine*. Oxford: Oxford University Press.
- Crawford, Paul – Brown, Brian – Tischler, Victoria – Baker, Charley 2010: Health Humanities. The Future of Medical Humanities? – *Mental Health Review Journal*, 3/2010–11 s. 4–10. <http://dx.doi.org/10.5042/mhrj.2010.0654>.
- Crawford, Paul – Brown, Brian – Charise, Andrea (toim.) 2020: *The Routledge Companion to Health Humanities*. London: Routledge.
- Evans, Martyn – Finlay, Ilora G. (toim.) 2001: *Medical Humanities*. London: BMJ Books.
- Fancourt, Daisy – Finn, Saoirse 2019: *What Is the Evidence on the Role of the Arts in Improving Health and Well-Being? A Scoping Review*. Health Evidence Network Synthesis Report, No. 67. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Honkasalo, Marja-Liisa – Salmi, Hannu (toim.) 2012: *Terveyttä kulttuurin ehdoilla. Näkökulmia kulttuuriseen terveystutkimukseen*. Turku: Turun yliopisto.
- Hurwitz, Brian 2013: Medical Humanities: Lineage, Excursionary Sketch and Rationale. *Journal of Medical Ethics* 11/2013 s. 672–674. <https://doi.org/10.1136/medethics-2013-101815>.
- Hynes, Arleen McCarty – Hynes-Berry, Mary 2012: *Biblio/Poetry Therapy. The Interactive Process. A Handbook*. Kolmas laitos. St. Cloud: North Star Press. Ensimmäinen laitos 1986.
- Ihanus, Juhani 2022a: Biblioterapian historiaa. Teoksessa Kosonen, Päivi – Ihanus, Juhani (toim.) *Hoitava lukeminen. Teoreettisia ja käytännöllisiä näkökulmia lukemistyöhön*. Tampere: Vastapaino. 35–46.
- Ihanus, Juhani (toim.) 2022b: *Terapeuttinen kirjoittaminen*. Helsinki: Basam Books.
- Ihanus, Juhani – Kosonen, Päivi 2022: Hoitavan lukemisen varhaista historiaa. Teoksessa Kosonen, Päivi – Ihanus, Juhani (toim.) *Hoitava lukeminen. Teoreettisia ja käytännöllisiä näkökulmia lukemistyöhön*. Tampere: Vastapaino. 19–34.
- Jäntti, Saara – Heimonen, Kirsi – Kuuva, Sari – Mäkilä, Annastiina (toim.) 2019: *Hulluus ja kulttuurinen mielenterveystutkimus*. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Karttunen, Laura 2022: Fiktio lukeminen lääkäriopinnoissa. Teoksessa Kosonen, Päivi – Ihanus, Juhani (toim.) *Hoitava lukeminen. Teoreettisia ja käytännöllisiä näkökulmia lukemistyöhön*. Tampere: Vastapaino. 243–258.
- Karttunen, Laura – Niemi, Juhani – Pasternack, Amos (toim.) 2007: *Taide ja taudit. Tutkimusretkiä sairauden ja kulttuurin kosketuspinnolla*. Tampere: Tampere University Press.
- Kinnunen, Eevastiina – Meretoja, Hanna – Kosonen, Päivi 2024: Applying the Approach of Narrative Agency. A Dialogue Between Theory, Reading Group Practices, and Analysis of Participants' Experiences. *Narrative Inquiry* 2024. <https://doi.org/10.1075/ni.22029.kin>.

- Kosonen, Päivi – Ihanus, Juhani (toim.) 2022: *Hoitava lukeminen. Teoreettisia ja käytännöllisiä näkökulmia lukemistyöhön*. Tampere: Vastapaino.
- Kähmi, Karoliina 2015: ”Kirjoittaminen on tie minuun, minusta sinuun”. *Ryhmämuotoinen kirjoittaminen ja metaforien merkitys psykoosia sairastavien kirjallisuusterapiassa*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Laitinen, Liisa 2017: *Vaikuttavaa? Taiteen hyvinvointivaikutusten tarkastelua*. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.
- Lilja-Viherlampi, Liisa-Maria – Rosenlöf, Anna-Mari 2019: Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Teoksessa Tanskanen, Ilona (toim.) *Taide töissä. Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisössä*. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 256. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. 20–39.
- Mazza, Nicholas 2022: *Poetry Therapy. Theory and Practice*. Kolmas laitos. New York: Routledge. Ensimmäinen laitos 2003.
- Meretoja, Hanna – Kinnunen, Eevastiina – Kosonen, Päivi 2022: Narrative Agency and the Critical Potential of Metanarrative Reading Groups. – *Poetics Today* 2/2022 s. 387–414. <https://doi.org/10.1215/03335372-9642679>.
- Meretoja, Hanna – Kosonen, Päivi – Kinnunen, Eevastiina 2022: Metanarratiivinen luovan lukemisen lukupiiri ja kerronnallinen toimijuus. Teoksessa Kosonen, Päivi – Ihanus, Juhani (toim.) *Hoitava lukeminen. Teoreettisia ja käytännöllisiä näkökulmia lukemistyöhön*. Tampere: Vastapaino. 183–209.
- Mäkilä, Annastiina – Pietilä, Pekka 2021: Katsaus kulttuuriseen mielenterveystutkimukseen Suomessa. – *J@rgonia* 37/2021 s. 114–142. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:juu-202108304705>.
- Mäki, Silja – Linnainmaa, Terhikki (toim.) 2022: *Omia sanoja etsimässä: Johdatus vuorovaikutteeseen kirjallisuusterapiaan*. Helsinki: Basam Books.
- Ovaska, Anna 2021: Näkymättömät kokemukset ja rakenteet. Kriittisiä näkökulmia terveyteen, sairauteen ja lääketieteeseen. – *niin & näin* 2/2021 s. 32–34.
- Ovaska, Anna 2023: *Shattering Minds. Experiences of Mental Illness in Modernist Finnish Literature*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Piippo, Laura 2019: Ääni on meissä, joka olemme, kun meitä ei ole. Skitsofrenian muotoja ja poetiikkaa *Neuromaanissa*. Teoksessa Jäntti, Saara – Heimonen, Kirsi – Kuuva, Sari – Mäkilä, Annastiina (toim.) *Hulluus ja kulttuurinen mielenterveystutkimus*. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. 305–328.
- Shrodes, Caroline 1949: *Bibliotherapy. A Theoretical and Clinical-Experimental Study*. Berkeley, CA: University of California.
- Tanskanen, Jani 2019: Sanovat minua hulluksi. Hulluuden nimeämisestä ja nimeämisen syistä Arto Paasilinnan *Ulvovassa myllärissä*. Teoksessa Jäntti, Saara – Heimonen, Kirsi – Kuuva, Sari – Mäkilä, Annastiina (toim.) *Hulluus ja kulttuurinen mielenterveystutkimus*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja. 233–253.
- Tuohela, Kirsi 2008: *Huhtikuun tekstit. Kolmen naisen koettu ja kirjoitettu melankolia 1870–1900*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Tynan, Avril – Ovaska, Anna – Slotte, Åsa 2024: Humanistinen lääketiede, lääketieteellinen humanismi, medicinsk humaniora. Medical Humanities in Finland. *The Polyphony. Conversations Across the Medical Humanities* 23.1.2024. [Verkkoaineisto] <https://thepolyphony.org/2024/01/23/medical-humanities-finland/>. Viitattu 27.9.2024.
- Viney, William – Callard, Felicity – Woods, Angela 2015: Critical Medical Humanities. Embracing Entanglement, Taking Risks. – *Medical Humanities* 1/2015 s. 2–7. <https://doi.org/10.1136/medhum-2015-010692>.
- Whitehead, Anne – Woods, Angela – Atkinson, Sarah – Macnaughton, Jane – Richards, Jennifer (toim.) 2016: *The Edinburgh Companion to the Critical Medical Humanities*. Edinburgh: Edinburgh University Press.